

# 新生 通所リハビリテーション 「だんらん」

## 在宅支援を強化!

～毎週土曜日の運営開始～



壁飾りを協力して製作しています。



リハビリ後のマッサージは気持ちいいですね。



今日もご支援します!

ご利用をご希望の方、ご不明な点がある方は  
担当者までお問い合わせ下さい。

TEL: 0242-66-3030

担当: 石川 由里・渡部 宏美



# 森のさんぽ道

発行

医療法人ケアテル

福島県耶麻郡猪苗代町  
川桁字元寺2403-1  
TEL 0242-66-3030(代)

編集

広報委員会

毎月発行 Vol.130

平成27年

6月号

平成27年4月1日より、通所リハビリテーション「だんらん」が、毎週土曜日の運営を開始致しました。今後も、ご自宅で楽しく生活をしていくために、在宅支援を更に進めて参ります。

通所リハビリテーションでは、園芸や手工芸、カラオケなどのクラブ活動、更には、柔道整復師によるマッサージやウオーターベッド等のリラクゼーション機器も多数ご用意させて頂いております。

ご利用様が健康で楽しく在宅生活を続けていけますよう全力でサポートして参ります。



# ケアテルヘルパーセンター みつ葉のクローバー



## 「管理者変更」



一生懸命頑張ります。



**真心**

元気の輪を  
ひろげるお手伝い

**安心**

安心へのお手伝い

**笑顔**

いつまでもきらっと  
生きるお手伝い

ケアテルヘルパーセンター みつ葉のクローバーでは、3人の訪問介護員がご自宅へ訪問し、日々の生活をご支援させていただいております。平成27年4月から管理者が変更となり菊地 智洋（きくち ともひろ）が担当させていただくこととなりました。

ご利用者様お1人お1人の質の良い毎日が過ごせるように精一杯お手伝いさせていただきます。些細なご心配事でもお気軽にご相談下さい。

# ケアテルデイサービスセンター ハーブの園猪苗代

## 「定員変更」 ～20名から25名の受入へ！～



外出訓練で楽しく歩行練習！



四季折々のイベントを開催しています！

ケアテルデイサービスセンター ハーブの園猪苗代では、平成27年4月から定員が20名から25名へと変更いたしました。ご利用回数が増えたご利用者様には「楽しみが増えて嬉しいわ。」とのお声もいただいております。これまで以上に楽しみをもって来ていただけるよう四季折々のイベントやレクリエーションを企画していきます。また、職員一同、より良いサービスが提供できますよう一層の努力して参ります。

## マリアだより

診療所  
マリアクリニック

TEL 0242-66-2700

### 【糖尿病】

■ どのような病気？

糖尿病は血液中のブドウ糖濃度（血糖値）が高い状態が持続する病気です。インスリンの働きにより食物から吸収されて血液に入ったブドウ糖が筋肉組織などへ取り込まれ、血糖が一定値以上上昇しないようになっていきます。このインスリンによる血糖低下作用が弱くなると糖尿病になります。また、ブドウ糖などの糖質だけではなくタンパク質や脂質の利用まで障害されます。これらの結果、高血糖、脂質異常となり、それらにより血管や神経が障害されいろいろな合併症が出現します。

■ 糖尿病の症状と合併症

糖尿病の症状としては、高

血糖によるのどのかわき、多飲、多尿、また細胞のエネルギー不足による体のだるさ・体重減少などがあらわれることもあります。糖尿病の三大合併症（余病）は網膜症、腎症、神経障害ですが、この他脳卒中、心筋梗塞などをおこす動脈硬化の合併症です。合併症が進行すると網膜症による視力障害・失明、腎症によるむくみ・尿毒症、神経障害による手足のしびれ・便秘・下痢などが現れます。

■ 治療方法は？

糖尿病の治療の基本は、食事療法と運動療法です。肥満はインスリンの作用を妨害するので糖尿病にとっては大敵です。栄養素をバランスよく摂りながら標準体重を維持するため、食事療法が必要です。また、弱まったインスリンの働きに合わせた食事量にすることも必要です。そうすれば、食物は体内でほぼ完全に利用され余分なブドウ糖が血液中にあふれることはありません。

## 看護の現場から

### 脱水症

カラダにとって不可欠な体液が不足した状態を「脱水症」と言います。脱水症とは単なる水の不足ではありません。体液が失われた状態ですから「カラダから水分が失われるだけではなく、電解質も同時に失われた状態」のことです。

■ 症状

のどの渇き・唇の乾燥  
口の乾燥・血圧が低くなる  
脈が弱くなる・呼吸が速くなる

■ 脱水症の予防

1. 喉が渇いてなくても積極的に水分をとる。
2. 温度や湿度を適切な状態に調整をする
3. 汗をかかない程度に衣服を調整する
4. 背部胸部腋などにタオルをあてておき、汗で湿ってきたら取り替える。

## 味のさんぽ道

今月の果物は…？

さくらんぼ

一日の寒暖差が少ないと甘くならず、雨にあたると割れてしまう、はかなく美しい果実です。主成分はブドウ糖などの糖質ですが、カリウム・鉄などのミネラル成分やカロチン・ビタミンB1、B2、Cなどもバランスよく含まれており、疲労回復、美肌作用、高血圧予防が期待できます。

美味しいさくらんぼの見分け方は、軸が緑色でしっかりと実がついているもの・丸くて張りつつやがあるものを選ぶのがオススメです。



さくらんぼ



# 事業所内保育施設 ミニテル保育園



## 『花見』～観音寺川浴い～



久しぶりの外遊び楽しいな！



吊り橋もへっちゃらだもん！

事業所内保育施設 ミニテル保育園では5月1日に観音寺川浴いへお花見に行ってきました。川にかかる吊り橋にドキドキしながら挑戦し、渡りきった後には「全然怖くなかった。」と勇敢な姿を見せてくれました。桜並木道も歩き、舞い落ちる桜の花びらを掴もうとする子どもたちもいました。久しぶりの外出にいつも以上に楽しんだ1日となりました。

### 一緒に働く仲間を募集しています！！

- 介護員（介護福祉士）
- 訪問介護員
- 用務員
- 看護師
- 車輛員

電話：0242-66-3500

担当：後藤

出勤日・短時間労働（パートタイム等）  
相談に応じますのでお気軽にお問い合わせください。

### お盆における外出・外泊のお願い

介護老人保健施設 ケアテル猪苗代のご利用者様につきまして、あらかじめ、お盆時の外出・外泊のご予定を確認させていただきたいと思っております。

お手数ですが、7月21日までに申し出ていただき、ご来所時に外出・外泊届へのご記入をお願い致します。ご不明な点は、担当者までお問い合わせ下さい。

管理栄養士：古川 恵美  
菊地 美希

### 編集後記

6月にはあじさいコンサートを開催されます。ご家族様のお越しを職員一同お待ちしております。

編集員 中丸



保育士

わたなべ ちあき  
渡部 千秋

事業所内保育施設 ミニテル保育園にて保育士として働いております渡部 千秋と申します。働く保護者の方々のサポートを行い、ほっと安心できるような存在になれたらと思います。子どもたちと共に過ごせる毎日に感謝しつつ、素敵な笑顔とパワーを分けてもらいながら、子ども達が楽しく元気に過ごすことが出来るよう一生懸命保育に取り組んで参ります。

森の住人の一言